

# Semesterdagar för närståendevårdare och vårdtagare

21-25.10.2019  
Härmä Spa i Ylihärmä



Arrangörer:  
Folkhälsan i Nyland, Åboland och Österbotten  
Svenska Semesterförbundet i samarbete med  
STEA



## Semester och resursdagar för närståendevårdarfamiljer!

Många närståendevårdare och vårdtagare lever i en krävande vardag, där man ibland glömmer bort att ta vara på varandra, sig själv och sina egna krafter. Därför önskar vi erbjuda Er fyra dygns semester med god mat, vila, bad och tillfälle att möta andra människor som lever i en liknande livssituation.

Semesterdagarna är för både närståendevårdare och vårdtagare. Under dagarna finns det tid för både vila, motion inom- och utomhus, rekreation och behandlingar. Vi ordnar också tillfällen för information och stunder för diskussion.

Datum: 21-25.10.2019  
Plats: Härmä Spa i Ylihärmä

Semesterdagarna börjar på måndagen med lunch och avslutas på fredagen med lunch.

Inkvarteringen sker i dubbelrum med helpension.

Svenska Semesterförbundet stöder semesterdagarna genom att ersätta en del av kostnaderna för kost och logi. Ansökan riktas därför till Semesterförbundet och mer information ger arrangörerna, vars kontaktuppgifter finns på sista sidan eller [www.folkhalsan.fi/semesterstod](http://www.folkhalsan.fi/semesterstod)

### **Kostnader**

25-30 € /person/dygn som inkluderar mat, logi, program och behandling.

### **Allmän information**

Svenska Semesterförbundet får bevilja semesterstöd till personer som inte deltagit i någon kurs eller rehabilitering under det senaste året, d.v.s. 2018.

Folkhälsan i Nyland, Åboland och Österbotten arrangerar programmet och fungerar som ledare under dagarna.

Alla aktiviteter och allt program är frivilligt!

### **Ansökan skall vara tillhanda hos handläggaren senast 15.9.2019**

Svenska Semesterförbundet  
c/o Folkhälsan Valfärd Ab  
Susanna Stenman  
Raseborgsvägen 10  
10600 Ekenäs  
tfn: 050 304 7642  
<http://www.semester.fi> (elektronisk blankett)

Ansökan bör fyllas i noggrant, skriv hellre för mycket än för lite.

### **Förfrågningar**

Folkhälsan  
Österbotten, Pia Nabb  
e-post: [pia.nabb@folkhalsan.fi](mailto:pia.nabb@folkhalsan.fi)  
tfn: 050 542 8175  
Nyland, Jonna Skand  
e-post: [jonna.skand@folkhalsan.fi](mailto:jonna.skand@folkhalsan.fi)  
tfn: 046 810 5037  
Åboland, Eva Björkqvist  
e-post: [eva.bjorkqvist@folkhalsan.fi](mailto:eva.bjorkqvist@folkhalsan.fi)  
tfn: 040 516 5679

